INFORMACJA, al. Niepodległości 34, 61-714 Poznań, hol główny, tel.: 61 626 66 66; fax 61 626 67 44, e-mail: kancelaria@umww.pl

CIAŁO W RUCH – wykrzesaj swój wewnętrzny ogień

Zapraszamy do krainy cielesności, gdzie będziemy poprzez budowanie kontaktu ze swoim ciałem budować jednocześnie relację ze swoim JA, z najróżniejszymi emocjami: od radości, przez smutek po gniew. W ramach tego warsztatu przyjrzymy się naszemu ciału w przestrzeni. Zastanowimy się nad tym, jakie znaczenie ma wprawianie ciała w ruch, a jakie znaczenie ma pauza. Pobudzimy także naszą wyobraźnię i sprzęgniemy ją z emocjami tkwiącymi w ciele. Będzie to dobrze spędzony czas oraz chwila na oderwanie się od codzienności i wreszcie także relaks dla zmęczonego umysłu! Prowadzenie: Marta Rutkowska trenerka głosowa i teatralna, wokalistka poznańskiego zespołu Undertape, aktorka, reżyserka, pedagog, kulturoznawczyni i arteterapeutka. Prowadzi szkolenia i warsztaty z zakresu emisji głosu, teatru, kreatywności i asertywności oraz pracy z ciałem i arteterapii. Zapisy, opłata.

Termin:

2019-03-03 11:00

Lokalizacja:

Centrum Kultury i Sztuki w Koninie

Organizator:

Centrum Kultury i Sztuki w Koninie

więcej informacji